



## «HO 92 ANNI E VOGLIO FAR SBOCCIARE GLI ULTIMI FIORI DELLA MIA VITA»

La monaca e badessa buddhista giapponese Shundo Aoyama fu portata in un tempio di montagna a soli 5 anni, era l'unica bambina: «Ero molto viziata, mia madre mi allattava ancora. Lasciai il villaggio in una nuvola di petali di ciliegio»

di COSTANZA RIZZACASA D'ORSOGNA

# Q

Quanto dev'essere difficile lasciare la propria famiglia, la propria mamma, a cinque anni per accedere a un tempio, e lì, senza la compagnia di altri bambini, essere avviate alla vita religiosa, una vita di preghiera, di studio, di povertà e lavoro duro? Shundo Aoyama, monaca e badessa buddhista giapponese nata nel 1933 a Ichimiya, nella prefettura di Aichi, ha preso i voti a 15 anni, ed è diventata la prima donna a ottenere il titolo di Daikyoshi, una delle più alte cariche nella scuola zen soto. Da sessant'anni dirige l'Aichi Senmon Nisodo di Nagoya, il più importante monastero per novizie, fondato nel 1903 dalla maestra Jorin Mizuno. Studiosa delle sacre scritture, autrice di una cinquantina di libri, la reverenda Aoyama si è spesa per tutta la vita per l'avanzamento delle donne nella religione, e il suo contributo alla cultura giapponese, e buddhista in particolare, è immenso. Negli ultimi anni ha visto spesso la morte da vicino, ma dalla malattia ha anche imparato tante cose. Che c'è bellezza in tutte le fasi della vita, «anche nei rami appassiti». Nel 2026, l'Istituto italiano zen Soto Fudenji pubblicherà per la prima volta nel nostro Paese, con Casadei Libri, la sua autobiografia: *Senza inizio senza fine. Vita di una monaca zen*.

**Aveva appena cinque anni quando è entrata al Muryoji, tempio di una remota località di montagna nella prefettura di Nagano, e solo quindici quando ha preso i voti. Cosa poteva sapere della religione una bambina così piccola? E quanto è stato doloroso lasciare la sua famiglia a cinque anni?**

«La mia era una famiglia di contadini. Tuttavia, il nostro legame con il buddhismo era profondo. Nell'arco di due o tre generazioni, una decina di parenti si erano fatti monaci, e gli Aoyama avevano costruito e manterrano uno dei templi del nostro villaggio. Quando mia madre restò incinta di me, ricevette una profezia da mio nonno, che era stato una figura di grande autorità nella tradizione buddhista shugendo: quel bambino che portava in grembo avrebbe preso i voti. Mia zia paterna Shusan era una monaca, e viveva in un tempio della scuola del buddhismo shin: Muryoji, appunto. Quando aveva saputo della profezia, aveva fatto salti di gioia, e quando compii cinque anni mandò una discepola a prendermi. Io, ovviamente, non sapevo cosa significasse diventare una monaca. Ero la più piccola di casa, e a quanto pare molto viziata, tanto che a cinque anni venivo ancora allattata al seno. Così, prima di partire, andai a pregare davanti alla statua di Jizo,

protettore dei viaggiatori e dei bambini, e gli chiesi di prendersi cura del seno della mamma. Poi, accompagnata da una pioggia di petali di ciliegio, lasciai il mio villaggio natale.»

### Per sua madre il distacco fu particolarmente angosciante.

«Il giorno che partii, corse fuori casa e si mise a piangere in mezzo a un campo, lontana da tutti. Continuò a piangere per un anno intero. Poi, un giorno, con la scusa di portarmi un regalo di compleanno, venne a trovarmi. Doveva essere il 1939 o il 1940. Il viaggio in treno da Nagoya a Shiojiri, dove si trova Muryoji, durava circa otto ore, e lei aveva la febbre alta. Quando arrivò, io stavo giocando vicino a un grande falò. Mia madre, che era partita senza chiedere il permesso alla suocera, nel vedermi sana e felice lasciò i regali e tornò in fretta in stazione. Ma era così triste che non riuscì a salire sul treno, e tornò indietro. Voleva sentirsi chiamare “Mamma”, riportarmi a casa con sé. La zia Shusan, vedendola in quelle condizioni, si intenerì e mi disse di andare ad abbracciarla. Io però non capii e rimasi a giocare. Mia madre morì a ottant'anni, nel 1974, e fino all'ultimo, ogni volta che ricordava quell'episodio, si metteva a piangere. “Un cane o un gatto mi avrebbero seguita fino a casa”, diceva. “Invece mia figlia mi aveva dimenticata in meno di un anno. È stato allora che ho capito, come rivelatomi dalla profezia, che tu mi eri stata affidata dal Buddha, e adesso eri tornata da lui”».

### Da ragazzina, prima che prendesse i voti, ha mai desiderato di non farsi monaca? Di avere una famiglia, una carriera diversa?

«No, ho capito presto che quella era la strada per la mia felicità. Mi raccontano che sin da piccola, al tempio, dicevo a tutti con orgoglio che sarei diventata una monaca. Per generazioni la mia famiglia ha legato il proprio destino al Buddha, e io ho sempre pensato di essere nata portando in me il dono della loro virtù, delle loro aspirazioni e le loro preghiere. Vedo moltissime persone che vorrebbero prendere i voti, ma anche come, spesso, quella scelta non maturi. E vedo persone, nate e cresciute in un tempio, che non sono felici. Quando ascolto le loro storie, penso che i miei antenati mi abbiano trasmesso un buon karma. Forse la mia è la storia di una vita guidata dal filo del destino. L'espressione “filo del destino” in giapponese trasmette un senso di rinuncia, è vero, ma è altrettanto vero che ci sono tante cose su cui non abbiamo alcun controllo.



IN ALTO, LA COPERTINA DI *SENZA INIZIO SENZA FINE. VITA DI UNA MONACA ZEN* CHE USCIRÀ NEL 2026 A CURA DELLA REVERENDA PAOLA TAIEN ANTONICELLI NELLA TRADUZIONE DI LORENZO MARINUCCI, GRAZIE AL CONTRIBUTO DELL'8X1000 DELL'UNIONE BUDDHISTA ITALIANA. QUI SOPRA, LA COPERTINA DI *HANAUJO - I FIORI DELLA COMPASSIONE*, CASADEI LIBRI, 2021, TRADUZIONE DI KOJI WATANABE

#### LA SERIE

Questa intervista si inserisce in una serie cominciata con Yuzuru Hanyu, star del pattinaggio sul ghiaccio, e proseguita con il “Buddha vivente” Ryojun Shionuma, il filosofo Masahiro Morioka, il maestro di arti marziali Hiroshi Tada, l'artista di manga Yoshikazu Yasuhiko, la scrittrice best-seller Marie Kondo

Inutile opporsi e protestare, ma anche lasciarsi schiacciare dal peso del destino e vivere come marionette. Se prima ancora di iniziare a coltivare ci lamentiamo di ciò che ci è donato dal cielo e dalla terra, non potremo far crescere nulla. Il punto è come accogliere e utilizzare al meglio ciò che abbiamo ricevuto».

### Com'era la sua vita al tempio?

«Quando mia zia e sua zia, mia maestra, andarono a viverci, il Muryoji era abbandonato. Quando ero bambina coltivavamo i campi a riso e verdure e allevavamo bachi per produrre la seta e per vestirci. Al mattino facevamo meditazione. Gli abitanti del villaggio venivano al tempio ad imparare la cerimonia del tè e la composizione floreale. Eravamo poveri, ma la mia maestra diceva sempre, “Se giri la ruota del dharma (la legge che regola l'universo, ndr), quella del cibo si girerà da sola”. Ogni mattina, al tempio, due ore erano riservate a studiare i sutra, cioè i testi sacri. Allora non sapevo ancora leggere, perciò le monache me li ripetevano pezzetto per pezzetto, affinché li imparassi a memoria. Ogni volta che imparavo a memoria un sutra, mandavo una cartolina alla mia famiglia. Dopo che avevo imparato il sutra del cuore, la mamma mi scrisse: “Sei così piccola e già riesci a ricordarlo tutto. Io, alla mia età, non riesco ancora a recitarlo fino alla fine. Potresti mandarmene una copia scritta da te?” Ero così orgogliosa di me stessa! Solo in seguito capii che lo aveva detto per farmi felice: nello shugendo, infatti, il sutra del cuore si recita continuamente. Tanti anni dopo, mio fratello mi disse che per tutta la vita mia madre aveva conservato quel sutra che le avevo mandato come un tesoro. Ogni tanto lo tirava fuori e cominciava a recitarlo, mentre le lacrime le rigavano le guance».

### Lei è una delle monache buddhiste più famose al mondo, ha lottato moltissimo per la parità di genere. Perché le monache buddhiste sono state così a lungo discriminate?

«Studi recenti dimostrano che Buddha non vietò mai alle donne di diventare monache. Anzi, insegnava a uomini e donne con lo stesso impegno. Dopo la sua morte, però, vennero introdotte delle restrizioni, e quando il buddhismo arrivò in Cina, subì l'influenza della filosofia confuciana, che considerava le donne inferiori. Dogen Zenji, vissuto nel 1200 e fondatore della scuola zen soto, ha invece mostrato sempre rispetto per le donne. Diceva che l'importante è ricevere il dharma, non il genere o l'età, che uomini e donne sono uguali secondo gli insegnamenti del Buddha e che se una monaca raggiunge l'illuminazione deve essere rispettata come insegnante. Ebbe anche delle discepole straordinarie. Storicamente, però, la considerazione delle monache è sempre stata molto bassa: non potevano essere a capo di templi né avere propri discepoli, non potevano essere incluse nei lignaggi ufficiali. Io, pur cresciuta da una monaca, doveti rivolgermi

**«SE PRIMA ANCORA DI INIZIARE A COLTIVARE CI LAMENTIAMO DI CIÒ CHE CI È DONATO DAL CIELO E DALLA TERRA, NON POTREMO FAR CRESCERE NULLA: IL PUNTO È COME ACCOGLIERLO E UTILIZZARLO AL MEGLIO»**

a un monaco per prendere i voti. Solo quando avevo 17 anni, le monache ottennero finalmente il diritto di conferire gli ordini. Da quel momento ci sono voluti altri vent'anni per raggiungere una parità istituzionale, inclusa la possibilità, per le monache, di diventare shike, cioè maestre zen del grado più alto. Oggi, oltre che insegnare alle novizie del Nisodo, sono un seido al Daihonzan Sojiji, cioè la terza persona più alta in grado più alto presso uno dei due principali centri della scuola zen soto, e tengo regolarmente lezioni anche al Daihonzan Eiheiji: entrambi sono monasteri per la formazione maschile. Piuttosto raro, visto che in altre scuole buddhiste le monache sono ancora considerate di rango inferiore. In certi Paesi, alle donne non è permesso neanche di ricevere i voti. Ma in realtà non avevo intenzione di diventare una pioniera femminista. Ho semplicemente seguito la via indicata dal Buddha Shakyamuni e da Dogen Zenji. E proprio mentre seguivo i loro insegnamenti, anche la società stava cambiando, e altre monache portavano avanti una battaglia per migliorare la propria condizione».

**Nel 2004 ha conosciuto Giovanni Paolo II.**

**Avete trovato un terreno comune, nelle vostre conversazioni, tra il buddhismo e il cattolicesimo?**

«La religione, ogni religione, esiste per insegnarci a vivere le nostre vite pienamente. Oggi si fanno tante battaglie nel nome della religione, ma essa dovrebbe portare armonia, non divisioni. Se comprendiamo questo, allora non può esserci spazio per i conflitti. Io e Papa Wojtyla condividevamo molti valori e idee».

**Pensa spesso alla morte?**

«Ho 92 anni, e per gli ultimi otto sono stata molto malata. Ho avuto un ictus, dopo il quale per un lungo periodo non ho più potuto scrivere né camminare. E mentre mi trovavo in ospedale per un cancro all'intestino ho avuto un arresto cardiaco: durante il massaggio di rianimazione mi hanno fratturato tre costole. Ho avuto altri infarti, metastasi al fegato... Ma la malattia mi ha insegnato tanto. A volte posso essere un po' pigra, ma il mio cuore e tutte le parti del mio corpo lavorano senza sosta. Ho imparato ad apprezzare il mio corpo, a dirgli grazie. Nel corso della nostra vita affrontiamo tante cose: l'invecchiamento, la malattia, la morte. Il miglior modo di farlo è di godere di ciascuna di esse. Oggi sento che la mia vita e la mia morte sono completamente nelle mani del Buddha, e voglio vivere ogni momento pienamente, fino alla fine. Sono lontana dal fiore della gioventù, ma in questi giorni penso spesso a come far sbocciare gli ultimi fiori della mia vita. Se potrò servire da piccola scala e far raggiungere ad altri gli insegnamenti dei miei tanti maestri, ne sarò enormemente felice».

**Ho letto il suo libro *Hanaujo - I fiori della compassione*, sull'arte giapponese della composizione floreale. Tradizioni come il kado**



Shundo Aoyama da bambina con i genitori e, sotto, quando era una giovane monaca



**(letteralmente "la via dei fiori") non esistono solo per apprezzarne la bellezza, ma ci insegnano a vivere. Lei scrive che un fiore con le spine può essere una metafora per il mondo. Ma cosa vuol dire «far splendere le spine»?**

«Le rispondo con i versi di Kojin Shimomura: *Dici che le rose sono belle ma hanno le spine / Io dico che le rose sono belle perché hanno le spine*. È importante cambiare prospettiva. Io, ai fiori nel pieno della loro bellezza, preferisco quelli non ancora schiusi, i rami appassiti, le foglie mangiate dai vermi. Allo stesso modo, tendiamo troppo spesso a guardare solo ai fiori e ai frutti. Ma essi sono il risultato del sostegno degli steli, delle radici, del suolo. Non dobbiamo trascurare ciò che è in apparenza invisibile».

**Cruciale, nel libro, è l'importanza di vivere nel momento. L'impermanenza è un'arte.**

«Il tempo è adesso, lo spazio è qui. Non dobbiamo farci schiacciare dal passato, né inseguire il futuro».  
(Traduzione della reverenda Zuiko Ikeda)

**«BUDDHA NON VIETÒ MAI ALLE DONNE DI DIVENTARE MONACHE, MA DOPO LA SUA MORTE VENNERO INTRODOTTE RESTRIZIONI E IN MOLTE SCUOLE SONO ANCORA CONSIDERATE DI RANGO INFERIORE»**